

Criterii de clasificare a experiențelor la limita morții

Psihosociolog Drd. Ionel Mohîrță

Unul din obiectivele esențiale ale psihologiei transpersonale îl reprezintă înțelegerea experiențelor transpersonale, temporare, a nivelurilor și formelor de conștiență accesibile omului.

Existența experiențelor la limita morții așa numitele NDE (Near Death Experience) de natură transpersonală a fost confirmată dincolo de orice dubiu rațional și a devenit din ce în ce mai imposibil să fie descalificate ca simple halucinații cauzate de uzura biologică a corpului fizic și a creierului. S-a adeverit în mod repetat că oamenii confrunțați cu moartea clinică experimentează frecvent, desprinderea de corp a conștienței și că observă scena accidentului sau procedurile de resuscitare, de undeva de sus. Atunci când revin la starea normală de conștiență, ei pot oferi descrieri retrospective amănunțite ale evenimentelor petrecute. Ei știu, de exemplu, cine a fost prezent la locul accidentului, cine a plecat și cine a venit pe cutare ușă, ce dispozitive au fost rulate în și din sala de operație, și uneori, ce valori arătau micile indicatoare ale aparatelor de resuscitare.

Ocazional, acești oameni manifestă capacitatea de a fi martori la ceea ce se întâmplă, propriu-zis, în alte părți ale aceleiași clădiri sau chiar în locuri îndepărtate. Și există consemnări ale unor cazuri de persoane oarbe congenital (Ring, Cooper, 1999), care în momentul morții clinice au avut percepția optică și în culori a ceea ce îi înconjură, doar pentru a-și pierde din nou vederea, o dată reveniți la starea conștientă. Este dificil să ne imaginăm o lovitură mai serioasă dată paradigmei științifice tradiționale și un sprijin mai convingător acordat perspectivei transpersonale, ca observațiile de acest gen. Elucidarea acestor fenomene după criterii strict științifice reprezintă subiectul acestui articol.

Dar pot fi încorporate aceste experiențe într-o știință reduționistă și biologică ca fiziologia?

Există cel puțin trei explicații cu privire la producerea fenomenului NDE.

Prima este fiziologică și constă în experiențele halucinatorii ale pacienților provocate de disturbarea proceselor chimice din creier datorită tratamentului cu diverse droguri, a lipsei aportului de oxigen care își schimbă nivelul odată cu dioxidul de carbon, sau a unei funcționări anormale a lobului temporal (Saavedra-Aguilar & Gomez-Jeria, 1989).

A doua explicație arată că fenomenele OBE, întâlnirea vie cu tunele, lumina sau persoane decedate ar reprezenta construcții ale minții produse pentru a liniști în procesul morții (teoria endorfinelor B, sau a ketaminei- Karl Jansen, 1996).

A treia posibilă explicație este transcendențială, un eveniment de acest fel indicând continuarea vieții după moarte.

Rezultatele ultimelor cercetări au arătat că factorii medicali nu pot fi luați în considerare în cazul evenimentelor NDE. Deși, toți pacienții au fost morți clinic, majoritatea nu au avut NDE. Mai mult decât atât, gravitatea crizelor nu au relatat evenimente de NDE adânci. Dacă factorii fiziologici puri rezultați din anoxia cerebrală au cauzat NDE, majoritatea pacienților ar fi trebuit să prezinte NDE. De asemenea medicația administrată pacienților în timpul resuscitării nu are legătură cu frecvența NDE. Pe de altă parte este puțin probabil ca factorii psihologici să fie importanți aici, dacă ne gândim că sentimentul de frică nu a fost asociat cu NDE.

Lipsa dovezilor în teoriile privind mecanismul NDE, deocamdată asumate, dar niciodată probate, duce la revizuirea conceptului conform căreia conștiința și memoria sunt localizate în creier. Aceste experiențe au mai fost denumite și experiențele inimii. Existența unei conștiințe clare în afara corpului nostru capabilă de experiențe în momente în care creierul nu funcționează rămâne de studiat.

Ca să nu pierdem timpul, nu ne vom referi la istoria acestor cercetări în amănunțime ci doar vom trece în revistă rapid câțiva savanți care s-au ocupat cu așa ceva. În urma studiilor efectuate de medicii Raymond Moody, Karlis Osis și Elisabeth Kübler-Ross, în 1978 ia ființă în SUA, Asociația Internațională de studii din preajma morții (IANDS) condusă de Dr.Kenneth Ring, profesor de psihologie la Universitatea Connecticut, ce publică lunar Jurnalul de studii din preajma morții. Redactorul acestui jurnal este doctorul și profesorul de psihiatrie la Universitatea din Virginia (SUA), Bruce Greyson.

Munca de peste 30 de ani a lui Bruce Greyson a fost poate cea mai importantă pentru înțelegerea acestor experiențe și separarea lor de aspectele sănătății mentale sau alte experiențe. El a conceput Scala Greyson (1983), prima scală prin care se poate cuantifica individual aceste experiențe și efectele după aceste experiențe.

Experiențele din preajma morții sunt în centrul atenției clinice, și prin includerea unui noi categorii de diagnostic în DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994 - Cod V62.89)

numită „Probleme religioase sau spirituale”, pusă în dezbatere de Greyson (1997) și Lukoff, Lu & Turner (1998).

Aceste cunoștințe ne sunt necesare atât nouă psihologilor în procesul de psihoterapie și consiliere cât și asistenților sociali, asistenților medicali și medicilor pentru înțelegerea mai exactă a trăirilor pacienților. Persoanele care au avut asemenea trăiri, nu le povestesc de obicei, de teamă de a nu fi considerați ridicoli.

Investigarea trăirilor avute de persoanele care au traversat un episod derulat la limita vieții, au ca sursă în special una din metodele de bază ale semiologiei medicale: anamneza.

Întregul volum de informații recoltat printr-un asemenea mijloc de interogare specifică formează o cazuistică în care clasificările pe diverse grupe de interes diferă de la un investigator la altul.

Aceasta comunicare are rolul de a informa despre aceste experiențe și a fi capabili să:

- descrieți un NDE;
- identificați trei caracteristici și efecte după NDE;
- să discutăm 3 posibile intervenții pentru planul de îngrijire.

Clasificarea NDE (Near Death Experience) se poate face prin întocmirea chestionarului realizat de Bruce Greyson numit Scala NDE. Această scală regroupează elementele experiențelor trăite în patru categorii (16 itemi) care ne permit să diferențiem o experiență autentică NDE față de sindroamele organice cerebrale sau de răspunsurile nespecifice la stres. Aceste subscale sunt:

- 1- cognitivă: accelerarea timpului, viața panoramată, accelerarea gândirii, înțelegerea bruscă;
- 2- afectivă: senzație de pace, de bucurie, armonie și unitate, lumina;
- 3- paranormală: percepții mărite, percepție la distanță, scene din viitor, decorporare;
- 4- transcendentă: intrarea în altă dimensiune, întâlnirea de entități, întâlnirea cu decedați, punctul de neîntoarcere.

Aceste cercetări arată că experiențele au consecințe asupra schimbării personalității care sunt asociate cu relatări pozitive și sănătoase despre viață, de apreciere a vieții, care se pot clasifica în:

- 1- aspecte sociale: primatul iubirii, empatie, grijă deosebită față de relațiile interpersonale, toleranță, grijă față de ceilalți;
- 2- aspecte materiale: diminuarea sau renunțarea atașamentului la posesia materială;

3- aspecte ale concepției despre sine: transformarea ierarhiei valorilor, creșterea acceptării de sine și stimă de sine, sete de cunoaștere și înțelegere, aspirații pentru dezvoltarea Sinelui, noțiuni a unei misiuni de desăvârșire;

4- aspecte ale concepției despre viață: creșterea bucuriei de a trăi, înțelegând că viața ia forme și depinde de porțiuni de timp, capacitatea de a trăi total și intens prezentul, conștientizând spiritualitatea, diminuarea sau dispariția fricii de moarte, convingerea că conștiința supraviețuiește morții corpului, certitudinea existenței realității spirituale.

Se observă, deci, că subiecții care au trăit astfel de experiențe se îndreaptă spre un comportament prosocial. Provocarea rămâne pentru tragerea concluziilor, profitând de beneficiu total al acestor experiențe transpersonale, la fel și științific, pe un nivel filosofic.

De aceea reacția specialistului care aude relatări de acest gen de la un pacient joacă un rol critic în planul de îngrijire și suport psihologic. Îndrumarea de bază pentru specialist trebuie să includă:

- ascultarea relatării pacientului, ascultare pentru rezolvare;
- să fie deschis, să nu judece, să accepte relatarea;
- să fie suportiv, inclusiv suportul pentru descrierea experienței pacientului în familie;
- declararea experienței, evitând respingerea sau dezaprobarea ei;
- furnizarea de materiale scrise în acest gen;
- găsirea surselor după cerere și prezentării pacientului a adreselor IANDS sau ARPT.

În final, prezint întrebările din chestionarul Greyson:

1. A fost greu de exprimat în cuvinte această întâmplare?

Dacă da sau nu e sigur, ce anume despre această întâmplare este greu de comunicat?

2. Pe durata când se petrecea întâmplarea, avea loc vreun eveniment ce era legat de amenințarea vieții?

Dacă da sau nesigur, relațați ce avea loc:

3. Va rugăm să descrieți întâmplarea folosind cât mai multe detalii.

4. La ce punct pe parcursul întâmplării v-ați aflat la cel mai înalt nivel de conștiință și agilitate sau atenție?

5. Cum se compară nivelul de conștiință și agilitate ce l-ați avut în timpul întâmplării cu conștiința și agilitatea din viața de zi cu zi?



Mult mai conștient și alert decât în mod normal



Conștiință și alertă normală



Mai puțin conștient și alert decât în mod normal

Dacă cel mai înalt nivel de conștiință ce l-ați avut în timpul experienței a fost diferit de conștiința de zi cu zi, vă rog să explicați:

6. Ați simțit o accelerație a gândurilor?

- Extraordinar de repede
- Mai repezi decât de obicei
- La fel

7. Au fost simțurile mai puternice decât în mod obișnuit?

- Extraordinar de puternice
- Mult mai puternice
- La fel

8. Era vederea dvs. afectată în mod deosebit în comparație cu vederea de zi cu zi (în ceea ce privește claritatea, câmpul de vedere, culori, strălucire, percepția obiectelor în grad de soliditate sau transparență, ș.a.m.d.)?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

9. Era auzul dvs. deosebit în vreun fel față de auzul de zi cu zi (de exemplu în ce privește claritatea, putința de a recunoaște de unde pornea un sunet, un ton, un sunet puternic, ș.a.m.d.)?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

10. Ați avut simțământul cum conștiința vi se separă de trup?

- Nu
- Da
- Nesigur

11. V-ați simțit separat de trupul fizic?

- Absolut sigur că părăsind trupul am existat în afara lui
- Pierdut conștiința că am trup fizic
- Nici unul de mai sus

12. Ce fel de sentimente ați avut în timpul întâmplării?

13. Ați avut un sentiment de pace sau de plăcere?

- Extraordinară pace sau plăcere
- Ușurare sau liniște
- Nici unul de mai sus

14. Ați avut un sentiment de bucurie?

- Extraordinară bucurie
- Fericire
- Nici unul de mai sus

15. Ați trecut printr-un tunel sau ceva care vă împrejmuia?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

16. Ați văzut vreo lumină?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

17. Ați văzut sau ați simțit o lumină puternică ce vă înconjură?

- Absolut o lumină de origine mistică sau suprapământească
- O lumină nefiresc de strălucitoare
- Nici unul de mai sus

18. Ați întâlnit sau văzut alte ființe?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți. Unde erau ele? Le cunoșteți? Ce vi s-a comunicat?

19. Vi s-a părut că ați întâlnit o prezență sau o ființă mistică?

- Absolut sigur o ființă sau o voce de origine mistică sau suprapământească
- Nu am recunoscut vocea
- Nici unul de mai sus

20. Ați văzut spirite decedate sau figuri religioase?

- Le-am văzut
- Le-am simțit prezența
- Nici unul de mai sus

21. Ați avut experiența revederii tabloului vieții?

- Nu
- Da
- Nesigur

Descrieți în detaliu. Ați aflat ceva ce nu ați știut înainte? Ați învățat ceva ce v-a ajutat în viața ce-a urmat trăirii respective?

22. Ați văzut scene din trecutul dvs.?

- Mi-au trecut prin fața ochilor, fără a le putea controla
- Mi-am amintit multe întâmplări din trecut
- Nici unul de mai sus

23. Ați observat sau auzit ceva cu privire la persoane sau evenimente care ar putea fi verificate în viitor?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți. Cum ați verificat acestea?

24. Ați văzut sau vizitat vreun loc minunat sau alte locașuri ori dimensiuni?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

25. Vi s-a părut că a-ți intrat într-o lume altfel decât cea pământească?

- Absolut sigur, era o lume mistică sau suprapământească
- Un loc ciudat, necunoscut
- Nici unul de mai sus

26. Ați avut vreun sentiment că timpul sau spațiul era schimbat în vreun fel?

- Nu
- Da
- Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

27. Vi s-a părut că timpul este accelerat?

- Totul părea să se petreacă în același timp

- Timpul părea să meargă mai repede decât în mod obișnuit
 - Nici unul de mai sus
28. Ați avut simțământul că ați învățat ceva deosebit, în legătură cu țelul sau ordinea universală?
- Nu
 - Da
 - Nesigur
- Dacă da sau nu sunteți sigur, împărtășiți ceea ce vi s-a făcut cunoscut.
29. Ați avut sentimentul unei armonii sau uniri cu universul?
- Uniți, unul cu lumea întreagă
 - Nu mai eram în conflict cu natura
 - Nici unul de mai sus
30. Vi s-a părut ca înțelegeți totul dintr-o dată?
- Despre univers
 - Despre mine și alții
 - Nici unul de mai sus
31. Ați fost conștient de alte lucruri ce se petreceau departe ca și cum ați fi avut o percepție extrasenzorială?
- Da, și mai târziu mi-a fost confirmat
 - Da, dar acestea nu mi-au fost încă confirmate
 - Nici unul de mai sus
32. V-ați lovit de vreun obiect fizic sau ați simțit o limită de care nu puteați trece?
- Nu
 - Da
 - Nesigur
- Dacă da, sau nu sunteți sigur, descrieți. Ați traversat limita? Dacă da, descrieți. Dacă nu, v-ați dat seama de ce s-ar întâmpla dacă treceți de această limită?
33. Ați ajuns la o graniță sau punct de unde nu mai era întoarcere?
- Era o barieră pe care nu era permis să o trec; sau „am fost trimis înapoi” împotriva dorinței mele
 - Am hotărât singur să „mă întorc” la viață
 - Nici unul de mai sus
34. Vi s-au făcut cunoscute evenimente din viitor?
- Nu
 - Da
 - Nesigur
- Dacă da sau nesigur, descrieți. Bazându-vă pe viața ce a-ți dus-o în continuare, cât de corecte au fost aceste preziceri?
35. Ați văzut scene din viitor?
- Despre viitorul lumii
 - Despre viitorul personal
 - Nici unul de mai sus
36. Ați observat vreun dar psihic, paranormal sau special pe care nu-l avuseși înainte de întâmplare?
- Nu
 - Da
 - Nesigur
- Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

37. Ați împărtășit experiența avută cu alții?

- Nu Da Nesigur

Dacă da, la ce interval de întâmplarea respectivă ați povestit experiența dvs.

altora? Care a fost reacția lor? Au fost ei influențați în vreun fel de experiența dvs.? În ce fel?

38. Ați știut de Experiența la Limita dintre Viață și Moarte înainte de această trăire?

- Nu Da Nesigur

Dacă da sau nesigur, vă rog explicați. Care a fost sursa cunoștinței dvs. despre ELVM înainte de această experiență, și v-a afectat în vreun fel experiența prin care ați trecut?

39. Care din fragmentele sau detaliile din această trăire au avut o importanță sau o semnificație deosebită pentru dvs.? Vă rog explicați.

40. Cum v-a apărut realitatea acestei întâmplări la scurt timp (zile sau săptămâni) după ce s-a petrecut (alegeți răspunsul cel mai potrivit):

- Experiența a fost categoric reală
 Experiența a fost probabil reală
 Experiența a fost probabil o imaginație
 Experiența a fost cu adevărat o imaginație

Vă rugăm explicați cum ați văzut realitatea experienței dvs., și de ce, la scurt timp (zile sau săptămâni) după ce s-a petrecut.

41. La ora actuală, cum vedeți dvs. realitatea celor întâmplate (alegeți răspunsul cel mai bun):

- Experiența a fost categoric reală
 Experiența a fost probabil reală
 Experiența a fost probabil o imaginație
 Experiența a fost cu adevărat o imaginație

Vă rugăm să explicați cum vedeți dvs. la ora actuală, realitatea celor întâmplate și de ce.

42. S-au schimbat legăturile dvs. cu semenii ca rezultat al acestei experiențe?

- Nu Da Nesigur

Dacă da sau nesigur, vă rog explicați:

43. Vi s-a schimbat credința sau felul în care practicați religia în urma acestei experiențe?

- Nu Da Nesigur

Dacă da sau nesigur, vă rog explicați:

44. După această întâmplare, prin folosirea unor medicamente sau substanțe chimice sau alte evenimente ați mai avut trăiri ce au semănat cu vreo porțiune a experienței originale?

- Nu Da Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți.

45. Mai vreți să adăugați ceva în privința acestei întâmplări?

46. Au fost aceste întrebări compuse în așa fel încât să vă permită să descrieți cu precizie și cât mai complet experiența dvs.?

- Nu Da Nesigur

Dacă da sau nu sunteți sigur, vă rugăm descrieți

47. Ce ar putea să facă o organizație ce se ocupă de Experiența la Limita dintre Viață și Moarte (ELVM) ca să vă intereseze să participați (bifați tot ce va interesează?)

- Nimic
- Mitinguri locale ce au ca subiect Experiența la Limita dintre Viață și Moarte și alte întâmplări similare
- Mitinguri locale ce au ca subiect numai ELVM
- Prezentări ale experienței de persoane care au trăit evenimente ELVM
- Descrieri în scris despre trăiri ELVM
- Conferințe la nivel local/regional despre ELVM
- Un site pe Internet despre ELVM
- Prezentări sub forma de știri despre ELVM (televiziune, radio, reviste, ziare)
- Publicarea unei broșuri despre ELVM
- Publicarea unei cărți sau pamflet despre ELVM
- Studiu științific al ELVM
- Facilitarea unui dialog între mine și alții care au avut ELVM
- Facilitarea unui dialog între mine și alții care sunt interesați de ELVM
- Alte sugestii sau comentarii:

48. Va rugăm să faceți orice propuneri în privința acestui chestionar. Ce întrebări ar mai trebui incluse aici ca să vă ajute să comunicați mai bine experiența dvs.?

Bibliografie

Greyson B., (1983), „*The Near-Death Experience Scale: Construction, Reliability, and Validity*”, *Journal of Nervous and Mental Disease*, 171:369-375., The Williams and Wilkins Co.

Greyson, B., (2000), *Near-death experiences*. In E. Cardena, S.J. Lynn & K. Krippner (Eds.), *Varieties of anomalous experience: Examining the scientific evidence*. Washington, DC: American Psychological Association.

Jansen, K., (1996), *The role of glutamate and the NMDA receptor*. Chapter in L. Bailey & J. Yates, Ed.s., *The Near-Death Experience*. New York: Routledge.

Saavedra-Aguilar, J.C. & Gomez-Jeria, J. S., (1989), *A neurobiological model for the near-death Experience*, *Journal of Near-Death Studies*, 7, 2.